

THAI CHEFS'

www.thaichefs.org

A s s o c i a t i o n

TCA 14 Jan. - Feb. '08 [14]

**COVER
STORY**

ทีมเชฟชุดแกร่งแห่งวงการเชฟไทย

คณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทยประจำปี 2551-2552



- + Chef Interview เชฟจ่านงค์ พาอ่อนเหนือ
- + ครีวไทยสู่ ครีวโลก กับมาตรฐานอาหารไทยสู่สากล
- + Recipe Recommended
 - Roasted N.Z. Rack of Lamb with Rosemary Sauce Served with Loyne's Potatoes & Mixed Vegetables
 - English Fruit Cake

FREE COPY



TOTAL QUALITY & FOOD SAFETY



**GMP
TISI
THAILAND**

**HACCP
FDA-TISI
THAILAND**

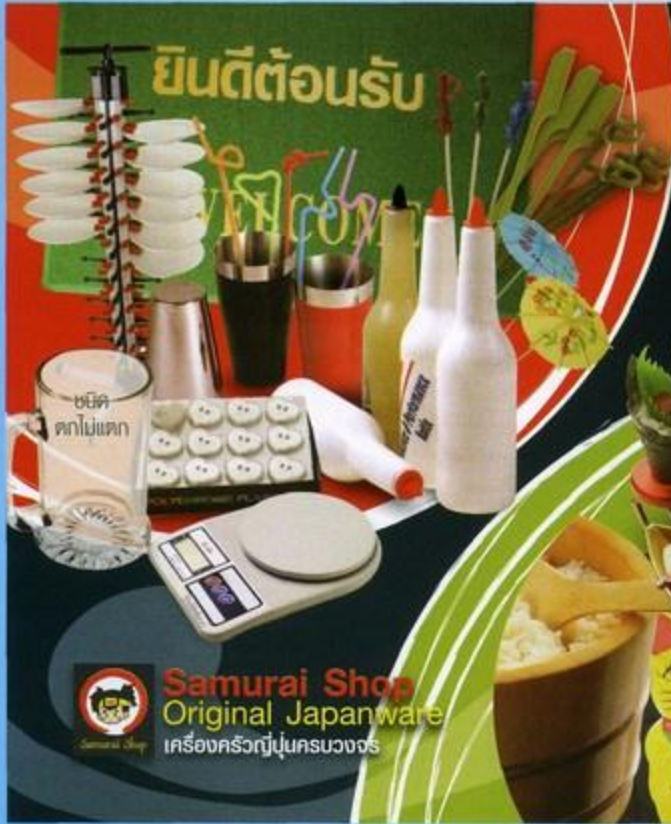
NO.19/2000



Premium Products

- Variety of Breakfast and German Sausages, Nurnberger, Spicy Italian Sausage, Premium Frankfurter, Spicy Pork sausage, Breakfast Weisswurst, Polish Sausage, etc
- Cooked Meat Products : Ham, Pork/Chicken, Bacon, Smoked Pork Roin, Paris Ham, Bar-B-Q Ham, Salami, Pastrami, Lachskinken, etc
- Cold Cut : Bologna, Pork/Chicken, Beer Ham, Hunting Sausage, Mortadella, Lyoner, etc
- Burger Patties, Beef, Pork, Chicken.

ผลิตและจำหน่ายโดย บริษัท สยามมีทโปรดักส์อุตสาหกรรม จำกัด
60 ซ.ลาดพร้าว 94 (บึงกุ่ม) แขวงวังทองหลาง เขตวังทองหลาง กรุงเทพฯ 10310
Tel : 02-538-0111 Fax : 02-539-2777
E-mail : siammeat@hotmail.com



Samurai Shop
Original Japanware
เครื่องครัวญี่ปุ่นครบวงจร



Horex Store
อุปกรณ์จัดเลี้ยงครบวงจร

สาขาพระราม 2 โทร 02-416-5700
สาขาเจริญกรุง 79 โทร 02-688-1122
สาขาเซียร์(รังสิต) ชั้น4 โทร 02-416-5614
86/201-4 ซอยท่าข้าม 28/1 ถนนพระราม 2 แขวงเสนเต้า เขตบางขุนเทียน
กรุงเทพฯ 10150 โทร 02-4165700, 02-4165614 ถึง 5 แฟกซ์ 02-4165811
E-mail: kusamai@hotmail.com, http://www.kusamai.com





PRESIDENT TALK

สวัสดิ์เพื่อสมาชิก TCA ทั่วประเทศ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องสมาคม
ด้วยดีตลอดมา จนถึงวันนี้ก็เป็นวันขึ้นธงของคณะผู้บริหารสมาคมชุดใหม่ ใครเป็น
ใคร ก็ดูกันได้ในเล่มนี้ครับ

ผมหวังว่าคณะกรรมชุดใหม่คงจะช่วยกันนำสมาคมให้เป็นที่รู้จัก
มากยิ่งขึ้น มีสิ่งเปลี่ยนแปลงไปแนวทางที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมมากขึ้น
ให้ความสนับสนุนช่วยเหลือกันให้เป็นที่ประจักษ์มากขึ้น

สำหรับนโยบายของสมาคมก็ยังคงยึดหลัก ไม่ทำการค้า ไม่หวัง
ผลกำไรอันทำให้สมาคม สนับสนุนส่งเสริมอาชีพ คลื่นลูกใหม่ ให้มีประการณ์
มากยิ่งขึ้น อะไรที่เพื่อน ๆ สมาชิกคิดว่ามีประโยชน์ต่อส่วนรวม ก็ให้เสนอ
แนะให้กับสมาคม สมาคมยินดีรับความคิดเห็น ๆ มาปฏิบัติ

และนี่ เราได้รู้เวลาได้เบรียรร้อยแล้ว หวังว่าประเทศชาติคง
จะเดินหน้าต่อไปอย่างมีสิริยศรภาพ สมาคมของเราคงเดินเคียงคู่กัน เพื่อความ
เจริญรุ่งเรืองในอาชีพของพวกเราทุก ๆ คน

สวัสดิ์ครับ

จันทงก์ นิธิสรณ์
นายกสมาคมพ่อครัวไทย

Contents Thai Chefs' Association '14



Thai Chefs' Association '14

PRESIDENT TALK & Thai Chefs' Association

กองบรรณาธิการ วารสาร

ที่ปรึกษาภาคีสถิต

เชฟจันทงก์ นิธิสรณ์, เชฟบุญเกิด กระจ่างธรณ,
เชฟสมศักดิ์ ธารอดคำ, เชฟอังคณา วัฒนคำแสง, เชฟจาตุรนต์ ศัลยพงษ์,
เชฟรังสรรค์ บุณานะ, เชฟบุญผล แจ่มใส, เชฟสุรวัฒน์ ศรีอำไธ,
เชฟเสาวกิจ ปรีประรม, เชฟประจวบ นิธิสรณ์,
Chef Marco Bruschweiler, ม.ร.ว.พรรณนิภา จันทรศักดิ์,
ดร.ณกุล นันทกรชัย, ด้วงพร โยธาทา,
ทพญิง ว่องวัชรนโรจน์, ประมวล วัฒนเวระสิทธิ์,
ประคัยผู้ อภิศิรินทร์วัฒนา, วิสูตร เขื่อนศิริวัฒนาภา,
ชานนดี สัมจิระวัฒนา

บรรณาธิการบริหาร

เชฟจันทงก์ นิธิสรณ์

กองบรรณาธิการ

เชฟปิยพัทธ์ ไชย, อ.อึ้งงุภา รักภคณิษฐ, เชฟไฉพล แซ่จิง,
เชฟนิธิศ นามะธำ, เชฟวุฒิชัยศ หนวดศรี, เชฟสุพจน์ ศิริคุณบุรณะ,
เชฟประมวล ถิ่นค้อย, เชฟพิรุณ ธีรสิทธิ์ไธธิน, เชฟสมพล แซ่หงษ์กรชัย,
เชฟสมพลา บุชเจริญ

บรรณาธิการฝ่ายโฆษณาและประชาสัมพันธ์

ชววรรณ เมศสิทธิ์อนากู, วิลาภา วรรณศักดิ์

ฝ่ายประสานงาน

ณัฐชานันท์ ภริย์มณีธิน

ภาพ

เอกธราช สมมานะ

ศิลปกรรม

พิชญ์ ชลาธา

ผู้จัดการ

EVENT9 MARKETING Co.,Ltd.

โทร. 0-2255-2203-5

จัดพิมพ์โดย

บริษัท ไทโรจน์การพิมพ์ จำกัด

เจ้าของผู้พิมพ์โฆษณา

สมาคมพ่อครัวไทย
1575/1 อาคารอ้อยสองชั้น 3 ถนนพรบุรีศรีดโตน
แขวงนันทกะสิน เขตราชเทวี กทม. 10400
โทร. 0-2255-8446 แฟกซ์ 0-2255-8447
E-mail : admin@thaichefs.org
www.thaichefs.org

- 04 Cover Story **พัฒนาทิศทางเดินในสมาคมพ่อครัวไทย** ภายใต้การนำของประธานสมาคมพ่อครัวไทย นิธิสรณ์
- 06 Chef Interview **อดีตพ่อครัวล้านนา** ที่พ่อครัวฝรั่ง
- 08 ครัวไทย **สู่ครัวโลก** เกษตรฐานอาหารไทยสู่สากล
- 09 Go Inter! **กล่าวถึง GO PAAN COOKS**
- 10 AMAZING THAI CUISINE **อาหารไทย เป็นอาหารประจำชาติ** พัฒนาการความละเอียดอ่อน อีกมิติหนึ่ง
- 11 Food Presentation **Culinary Competitions#2**
- 12 Recipe **Roasted N.Z. Rack of Lamb with Rosemary Sauce**
- 13 Recipe **ENGLISH FRUIT CAKE**
- 14 Learn to be Chef **ความหมายของคำขวัญในการเตรียมและประกอบอาหาร**
- 15 Product in Focus **New Products Of the Month**
- 16 TCA News
- 17 Messages from Big Chef
- 18 Gossip

เรื่องราวความเป็นไปกับ นามานบนบนเชฟทั่วประเทศที่นี้ที่เดียว

Text by กองบรรณาธิการ

ต้อนรับศักราชใหม่กับสมาคมพ่อครัวไทย ภายใต้การนำของท่านนายกเชฟจ่านงค์ ณรงค์สรรค ที่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนสมาชิกในการได้รับการเลือกตั้งเข้ามาดำรงตำแหน่งนายกสมาคมฯ อีกวาระหนึ่งเมื่อเดือนธันวาคมที่ผ่านมา จากผลงานในการบริหารสมาคมฯ ที่เป็นที่ประจักษ์มาอย่างต่อเนื่อง และทำให้ในปัจจุบันสมาคมพ่อครัวไทยเป็นที่รู้จักในสังคมวงกว้างมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คนในอาชีพ กู๊ก หรือ เชฟ ต่างให้ความสนใจในกิจกรรมของทางสมาคมฯ และเข้ามาสมัครสมาชิกใหม่กันมากเป็นประวัติการณ์ การดำเนินงานบริหารสมาคมฯ จึงจำเป็นต้องมีการปรับเปลี่ยนเพิ่มเติมรายละเอียดและเตรียมความพร้อมสู่การบริหารสมาคมฯ อย่างเป็นระบบและชัดเจน การจัดทำเว็บไซต์สำหรับการบริหารงานสมาคมฯ โดยท่านนายกเชฟจ่านงค์ ณรงค์สรรค ได้เชิญเชฟมืออาชีพระดับสูงในวงการหลายท่านเข้ามาเติมเต็มศักยภาพในการบริหาร รวบรวมเป็นคณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทย ชุดใหม่ที่ได้เต็มเปี่ยมไปด้วยคุณภาพและความหวังของการร่วมกันสืบสานปณิธานในการยกระดับอาชีพเชฟ สู่ความเป็นสากลและได้รับการยอมรับอย่างทั่วถึง

COVER
STORY

ทีมเชฟชุดแกร่งแห่งวงการเชฟไทย คณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทยประจำปี 2551-2552

กองบรรณาธิการวารสาร **THAI CHEFS'** ขอทำหน้าที่แนะนำคณะกรรมการบริหารสมาคมพ่อครัวไทยประจำปี 2551-2552 ทีมเชฟชุดแกร่งแห่งวงการเชฟไทย และมีข้อคิดเห็นบางส่วนของคณะกรรมการบริหารฯ เป็นสิ่งแทนท้ายเพื่อทุกท่านรอกอยกับการเริ่มต้นสร้างสรรค์สิ่งใหม่อย่างมีความหวังและสร้างปรากฏการณ์ใหม่ๆ ให้เกิดขึ้นในวงการอาหารและวงการเชฟไทยในอนาคตอันใกล้



จ่านงค์ ณรงค์สรรค
ตำแหน่ง นายกสมาคมพ่อครัวไทย
ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Sous Chef
ที่ทำงานปัจจุบัน Nai Lert Park Bangkok,
A Raffles International Hotel

* เป็นหน้าที่ที่ต้องเสียสละ และรับผิดชอบมากพอสมควร และจะต้องเป็นสื่อกลางในการหาเสนอสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อสาธารณชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อยกระดับความเป็นอาชีพพ่อครัวให้เยาวชนและประชาชนทั่วไปได้รับรู้ข่าวสารอย่างแท้จริง *



ปิเตอร์ ไสย
ตำแหน่ง อุปนายกสมาคมพ่อครัวไทย
ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef
ที่ทำงานปัจจุบัน Bitec

* ทุกคนต้องมีแนวความคิดไปในทางเดียวกัน ควรพัฒนาการประสานงาน เชฟชาวไทย และเชฟชาวต่างประเทศให้เข้ามาสมาคมฯ มากขึ้น *



สุรินทร์ ศรีอำไพ
ตำแหน่ง อุปนายกสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน
ผู้จัดการศูนย์ฝึกอบรมเนทอรรี
และที่ปรึกษาฝ่ายเทคนิค
ที่ทำงานปัจจุบัน
ทพ.กนกจิวเวเนอรี่

* ขอให้คณะกรรมการดำเนินนโยบายไปในทางเดียวกัน ตามเสียงส่วนรวมที่ถูกต้องและเห็นประโยชน์ส่วนรวม และขอให้สมาชิกเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับคนรุ่นหลังที่ต้องการเป็นเชฟมืออาชีพ



สุรวีร์ พิมศร

ตำแหน่ง รองเลขาธิการสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Richmond Stylish & Convention Hotel

* สมาคมฯ เริ่มมีการพัฒนาขึ้นมาก จะพยายามทำและประสานงานเพื่อความก้าวหน้าของอาชีพ cook ให้ได้มากที่สุด



กองเลี่ยม พุกทอง

ตำแหน่ง สมาชิกสันนิษสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Bel-Aire Princess Hotel

* จะต้องเน้นในเรื่องการปรับปรุงการประชาสัมพันธ์ให้ทราบก่อน ก้อได้ว่าก้นัดที่จะได้รับมอบหมายงานทางด้านนี้จะได้รู้จักเพื่อนสมาชิกในสมาคมฯ ให้มากขึ้น



วุฒิชชาติ ทมวคศรี

ตำแหน่ง กรรมการฝ่ายกิจกรรมสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Grand Diamond Suite Hotel

* เข้าปีที่ 3 แล้วครับก็ตั้งใจที่ทางสมาคมฯ ให้ความไว้วางใจให้ทำหน้าที่และตำแหน่งนี้อีก สมาคมฯ เป็นของทุกคน ก็เป็นสมาชิกก็ต้องช่วยกันเพื่อสมาคมฯ จะอยู่ได้นานๆ เพื่อคนรุ่นหลังๆ สืบต่อไป



Willment Leong

ตำแหน่ง กรรมการฝ่ายประชาสัมพันธ์สมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Director Culinary

ที่ทำงานปัจจุบัน Swissotel Le Concorde

* Should promote Thai Chefs' Association were known among within Thailand and aboard International *



สุวัฒน์ สักขนะคำ

ตำแหน่ง กรรมการฝ่ายประสานงานสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

* อยากให้สมาคมฯ สนับสนุนเรื่องการสอนภาษาอังกฤษให้กับสมาชิก ช่วยเหลือสมาชิกเรื่องตำแหน่งงานว่างและส่งเสริมเรื่องการศึกษาในระดับปริญญา



วิโรจน์ เอ็ดแสง

ตำแหน่ง กรรมการฝ่ายปฏิคมสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Siam City Hotel

* สมาคมฯ เป็นที่รวมและพึ่งพาของชาวเชฟ กู้ก กึ่งบ่วง และจะทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายให้ดีที่สุด *



สุพจน์ มหันตพิพัฒน์

ตำแหน่ง นายทะเบียนสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

* ขณะนี้สมาคมฯ กำลังเจริญเติบโตขึ้นเรื่อยๆ สมาชิกใหม่เข้ามา ก็อยากให้ทุกคนช่วยส่งเสริมและพัฒนาสมาคมฯ ให้แข็งแกร่งกว่าเดิม



สิฏญญา เจินประภม

ตำแหน่ง นายทะเบียนสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Asia Bangkok Hotel

* การกึ่งที่จะต้องรวบรวมคนที่อาชีพนี้ให้ได้มากที่สุดเพื่อร่วมกันพัฒนาอาชีพนี้ให้เป็นอาชีพที่มีเกียรติและเป็นที่ยอมรับของบุคคลต่างๆ *



ไวภพ แอ์ยิง

ตำแหน่ง เทรนนิ่งกู๊สสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Chef de Partie

ที่ทำงานปัจจุบัน Holiday Inn Silom Bangkok

* ถ้าจะทำงานเพื่อสมาคมพ่อครัวไทยแล้ว ทุกตำแหน่งหน้าที่ของสมาคมฯ ก็สามารถช่วยเหลือซึ่งกันและกันได้ *



ประชัน วงศ์อุยพินธ์

ตำแหน่ง เทรนนิ่งกู๊สสมาคมพ่อครัวไทย

ตำแหน่งงานปัจจุบัน Executive Chef

ที่ทำงานปัจจุบัน Anoma Bangkok Hotel

* ในแต่ละปีอยากให้มีการจัดประชุมสมาคมฯ ในแต่ละภาคเช่น กรุงเทพฯ กู๊เก็ด พัทยา เชียงใหม่ สมุย ร่วมกันปีละ 1 ครั้ง และให้ทำกิจกรรมใหญ่ประจำปีในนามของสมาคมฯ *



แสงจันทร์ สุมานะ เชฟผู้ซึ้งดูแลอาหารไทยในร้านก๊วยทง !!! สวนอาหารบัว เชียงใหม่

ของดีของชาวล้านนา ที่ควรรอนุรักษ์

ชั้นเชื่อว่าของดีที่ควรรอนุรักษ์ ถ้าอยู่ในวารสารของสมาคมก็ไม่มีพื่นเกี่ยวกับเรื่องของอาหาร ฉบับนี้ผมขอทำหน้าที่แทนอธิบดีนายกสมาคมพ่อครัวไทย เชฟเสาวกิจ ปริเปรม เพราะท่านดีดการก๊วยทงไม่สามารถส่งคืนฉบับได้กับ

ผมได้มีโอกาส ไปทำหน้าที่ตัดสินประกวด เรสทอนรอน แซมเปียน ที่จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งขอนำอาหารประจำภาคของเชียงใหม่ ซึ่งขอนำอาหารประจำภาค ของเชียงใหม่ที่ควรรอนุรักษ์ ให้อยู่คู่บ้านคู่เมือง นั่นคือ เมนู ข้าวซอย ร้านที่ทำข้าวซอยได้ถูกใจผมคือ สวนอาหารบัว เชียงใหม่ ซึ่งมีคุณแสงจันทร์ สุมานะ เชฟผู้ซึ้งดูแลอาหารไทยในร้านก๊วยทง หรือที่ทุกคนในร้านเรียกว่า (ซิม) นอกจากนี้จะมีมือในการปรุงอาหารโค็ร่อย แล้ว การจัดตกแต่งจากก็สวยไม่แพ้คนปรุงเลยครับ คุณซิมเป็นเชฟประจำ

อยู่ที่ร้านบัวมา 14 ปีแล้ว จากพนักงานแคชเชี่ยในอดีต ได้เปลี่ยนวีมาเป็นเชฟมือ 1 ประจำร้านบัวคือ

คุณเล และคอยปรับปรุงเมนูให้ได้มาตรฐานตลอดเวลา แต่ก็ยังมีเชฟ

ธนวัฒน์ คุ้ยสืบ ซึ่งเป็นเชฟดูแล

ครัวทั้งหมด เชฟธนวัฒน์ เป็นคน

ลำปาง มีประสบการณ์ ในด้าน

อาหารจีนมากกว่า 15 ปี ซึ่งเป็น

คู่คิดกับเชฟ ซิม และก็ยังมีที่ปรึกษา

ที่สวยคมข่า อธิยาศัย ดี คอยดูแล

ให้คำปรึกษาอีกท่านหนึ่ง คือ

ผู้จัดการร้าน สวนอาหารบัว คือ

คุณ บุญนารัตน์ บวรสุทธิศักดิ์



Interview

เชฟ ธนวัฒน์ คุ้ยสืบ

สวนอาหารบัวเป็นสาขาของร้านบัวในกรุงเทพฯ สำหรับสาขาเชียงใหม่ ตั้งอยู่ ก.เชียงใหม่ สันกำแพงอ. สันกำแพง จ.เชียงใหม่ โทร. 053-331997, 053 - 390383 บรรยากาศของสวนอาหารร่มรื่นเย็นสบายคูดั่งสวนสาธารณะ มีบึงน้ำล้อมรอบ พร้อมกันสนามเด็กเล่น ชักกิ้ง



ยังมีทั้งจัดงานเลี้ยงต่าง ๆ ไว้อวยต้อนรับ อีกด้วย

วันนี้ คุณหนู ผู้จัดการแสนสวยได้แนะนำ เมนูเด็ดประจำร้านที่เราได้ชิมรสดูมี แกงเขียวหวานลูกชิ้นปลากราย แกงส้มนพเก้า ปลาสำลีแคดเดียว ยำสามกรอบ ไก่ทอดใบเตย ผัดไทยรสเด็ด

ซึ่งทุกเมนูที่ยกมา รับประกันได้เลยว่า รสเยี่ยมทุกจาน ส่วนเมนูที่เด็ดที่ขอแนะนำในฉบับนี้คือ ข้าวซอย ซึ่งทุกคนได้ชิมแล้ว (ขอเปลี่ยนเป็นรับประทานแทนการชิม) จะติดใจกับทุกคน ผมเลยขอสูตร จากเชฟซิม ซึ่งเธอก็เขียนให้ด้วยความเต็มใจ



สูตรน้ำข้าวซอย

ปีกไก่บน	1	กก.
กะทิ	2	กก.
น้ำพริกแกง	1/2	กก.
ซีอิ้วหวาน	400	กรัม
ซีอิ้วดำ	400	กรัม
ซีอิ้วขาว	400	กรัม
รสดี	100	กรัม
ผงกระหรี่	50	กรัม
น้ำเปล่า	1/2	กก.
น้ำตาลทราย นิดหน่อย		



ซอส 9 สำหรับอาหารจานอร่อยของเชฟทุกคน

ABSOLUTELY... SOS 9 !

COOKING SAUCE ONLY FOR THE PROFESSIONAL

CALL 0 2255 2203-5 WWW.SOS9.NET



Enjoy your food with No.9 !



 <p>OYSTER SAUCE All Purpose Asian Flavouring รสดีรสเค็ม รสดีรสเค็มรสหวาน</p>	 <p>SWEET CHILI SAUCE All Purpose Asian Flavouring รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว</p>	 
 <p>SEASONING SAUCE All Purpose Asian Flavouring รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว</p>	 <p>PURE FISH SAUCE All Purpose Asian Flavouring รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว รสดีรสเค็มรสหวานรสเปรี้ยว</p>	 



มาตรฐานอาหารไทยสู่สากล

ปัจจุบันอาหารไทยเป็นที่ยอมรับของชาวต่างชาติ ทุกภูมิภาคของโลกมีการขยายตัวอย่างมากมายของร้านอาหารและโรงแรมที่มีอาหารไทย ที่เริ่มจัดรายการอาหารไทยไว้ใน MENU เพื่อสนองตอบความต้องการของลูกค้า จากการขยายตัวอย่างรวดเร็วทำให้ร้านอาหารหรือโรงแรมที่จำหน่ายอาหารไทย โดยมีคนไทยเป็นเจ้าของหรือชาวต่างชาติเป็นเจ้าของก็ตาม ก็ทำให้เกิดปัญหาตามมาในเรื่องของอาหารและคุณภาพ เพราะถ้าคนไทยกลุ่มนี้ ไม่เคยทำอาหารก็ต้องพึ่งพาพ่อครัวแม่ครัว ถ้าพ่อครัวแม่ครัวไม่มีทักษะหรือประสบการณ์ที่มากพอก็ทำให้อาหารไทยผิดเพี้ยนไป ซึ่งแต่ละแห่งก็ห้องพยายามทำอาหารให้ลูกค้าเกิดความพึงพอใจมากที่สุด ทำลูกค้ามีประสบการณ์ในการรับประทานอาหารไทยที่ถูกต้อง ก็จะบอกได้ว่าอาหารที่พ่อครัว แม่ครัวร้านนี้ หรือห้องอาหารนี้ทำมาใช่หรือไม่ แต่ถ้าไม่มีประสบการณ์ไม่รู้ก็ตอบไม่ได้ ถูกปากก็ชอบกลับมาใช้บริการอีก

เหล่านี้เป็นปัญหามาตามโดยเฉพาะความต้องการพ่อครัว แม่ครัว การพัฒนารายความเป็นมาของอาหาร เพื่อที่จะสามารถอธิบายให้ลูกค้าได้ จึงมีหน่วยงานหลายสร้างมาตรฐานอาหารไทย เพื่อเผยแพร่ให้ความรู้ ทั้งผู้ประกอบการ พ่อครัว สภานักอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม ได้ร่วมกับมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต อาหารไทยสำหรับชาวต่างชาติ โดยมีการสำรวจกลุ่มตัวอย่างจากทั่วประเทศ ที่เป็นแหล่งท่องเที่ยว เช่น เชียงใหม่ ภูเก็ต สมุย พัทยา กรุงเทพฯ เพื่อสำรวจและสอบถามร้านอาหารไทยโรงแรมที่จำหน่ายอาหารไทยให้กับนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติว่านักท่องเที่ยวชาวต่างชาตินิยมรับประทานอาหารไทย ะไรบ้าง 30 อันดับ และสอบถามนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติว่านิยมรับประทานอาหารไทยอะไรบ้างแล้วมาหาความถี่ เพื่อคัดเลือกอาหารไทย 20 รายการหลังจากนั้นก็สืบค้นความเป็นมาเพื่อศึกษาที่มาของรายการอาหารไทยทั้ง 20 รายการ เสร็จแล้วต้องทดลอง เพื่อให้ได้ตำรับอาหารไทยทั้ง 20 รายการ พร้อมทั้งเชิญผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อชิมอาหารพร้อมทั้งให้ข้อคิดเห็นก่อนจะนำไปทดสอบกับคนไทยและชาวต่างชาติที่อยู่ในประเทศ และชาวต่างชาติในต่างประเทศ ซึ่งเลือกตัวแทนประเทศใน กลุ่มเอเชียเป็นประเทศญี่ปุ่น ยุโรปเป็นประเทศอังกฤษ ประเทศสหรัฐอเมริกา เพื่อที่จะให้ชิมและบอกถึงความชอบไม่ชอบ ในแต่ละด้าน เสร็จแล้วจะได้อาหารไทยแบบดั้งเดิมมีประวัติความเป็นมา

ถ้าไม่ถูกปากก็หายไปเลย สิ่งต่าง ๆ การอาหาร ประวัติ หน่วยงานพยายามที่จะ แม่ครัว และผู้บริหาร จัดทำโครงการมาตรฐาน



อาหารและอาหารไทยที่ชาวต่างชาติให้การยอมรับ จากกระบวนการงานวิจัยครั้งนี้ก็จะทำให้เป็นกลุ่มตัวอย่างหนึ่งที่จะบอกเราได้ว่าชอบอาหารไทยหรือไม่ระดับใด เพื่อที่จะให้ พ่อครัว แม่ครัว และผู้บริหารการศึกษา เพื่อพัฒนารายการอาหารต่อไป ซึ่งคาดว่ารูปเล่มจะเสร็จไม่ทันเดือนกันยายน 2551 และในโอกาสนี้ก็คงขอแจ้งข่าวกับสมาชิกให้ทราบถึงแผนงานของสมาคมพ่อครัวไทยของฝ่ายวิชาการ ที่มีแผนงานหลักอยู่ 2 เรื่อง คือ

1. การศึกษาในระดับปริญญาตรี สำหรับพ่อครัว แม่ครัว ที่มีประสบการณ์ไม่น้อยกว่า 10 ปี สามารถสมัครเรียน ซึ่งคุณสมบัติต้องจบมัธยมปลายหรือ ม.6 และมีประสบการณ์การทำงานไม่น้อยกว่า 10 ปี สนใจสมัครและลงชื่อได้ในหลักสูตรอุตสาหกรรมอาหารและการบริการที่สมาคมพ่อครัวไทย เพื่อจะได้รวบรวมรายชื่อเข้าเสนอเพื่อดำเนินการต่อไป และจะได้ชี้แจงรายละเอียดให้ทราบ
2. สมาชิกท่านใดมีความสนใจที่จะพัฒนาตนเองสนใจที่จะอบรมเรื่องใดก็ขอให้แจ้งให้ทางสมาคมพ่อครัวไทยทราบ จะได้รวบรวมจัดทำแผนการอบรมต่อไป เป็นโอกาสที่ดีของปีนี้ที่จะได้มีการพัฒนาศักยภาพของพ่อครัว แม่ครัวให้สามารถแข่งขันกับผู้อื่นได้



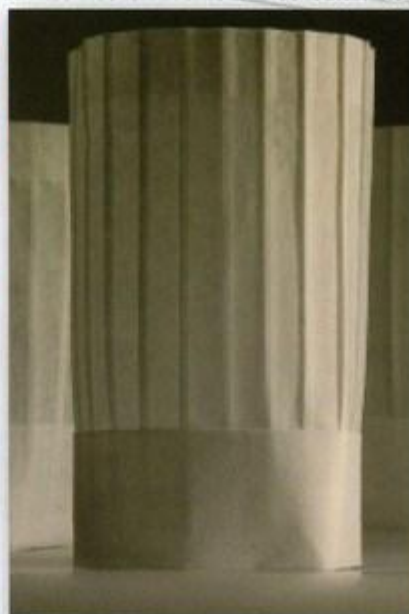
Text by เชฟวุฒิชาติ ทมวศศรี



กว่าจะ GO PAAN COOKS

สวัสดิ์ครับ เพื่อน ๆ สมาชิกพ่อครัวไทยทุก ๆ ท่าน ก่อนอื่น ต้องขอขอบคุณนับเป็นตัวแทน เชฟสมศักดิ์ ในคอลัมน์ Go inter กับเชฟไทย เรื่องมันมีอยู่ว่า อยู่วันหนึ่งได้ยินเสียง... โนบาย...หรือว่า โทริศที่นั่นแหละ... สายหนึ่งเข้ามา...ได้ยินเสียงคำว่า Hello ผมจำเสียงได้แม่นยำเลยว่าเป็นผู้ใด..... คำแรกก็พูดว่า คุณวุฒิชาติ ใช่ไหมครับ.... ผมก็ตอบว่า ครับท่าน คืออย่างนั้น: คอลัมน์ Go inter กับเชฟไทย ของเชฟสมศักดิ์ ที่พวกเราได้อ่านกันทุกฉบับนั้น ตอนนี่เชฟสมศักดิ์ขอพักไว้ก่อน เพราะงานยุ่งมาก ต้องดูแลทั้งกรุงเทพฯ และหัวหิน ฉบับนี้เชฟวุฒิชาติ ขอจะหาเรื่องมาเล่า Go inter กับเชฟไทย ต่อจากเชฟสมศักดิ์ได้ไหม กระผมด้วยความเกรงใจ ยิ่งผู้ใหญ่สั่งมาแล้วก็ไม่มีคำว่าอะไรทำไม่ได้สำหรับคนทำงานโรงแรมอย่างพวกเรา ไม่มีคำว่า Say-No แต่ที่ อัง ผิดหน่อย เพราะยังไม่ได้ตั้งตัวไม่ทัน ได้แต่ตอบว่า ได้ครับพี่ดีครับท่าน แล้วท่านก็ สั่ง สั่ง สั่ง ผมเลอรับปากรับอาสาจะไปหาเรื่องมาเล่าให้เพื่อนๆ สมาชิกพ่อครัวไทย ในคอลัมน์ Go inter กับเชฟไทย ได้อ่านกัน ฉบับนี้ผมต้องใช้คำว่า "GO PAAN COOKS" ก่อนละกัน ก่อนที่จะ Go inter ก็คงต้องทำความหลังกันละครับ คือว่ากาลครั้งหนึ่งนาน ๆ มา แวะ..... (แล้ว

กว่าจะ GO PAAN COOKS มันไม่ง่าย ได้จ่ายค่าย กว่าจะ GO PAAN COOKS เล่าให้ฟังอีกเยอะแยะเลย ย้อนหลังไปอีก ผิดอาหาร มันยากเหลือเกิน ไม่เหมือน กุ้ง แล้วแต่ซึ่งต่างกับยุคก่อนโน้น กว่าท่านอรหันต์ คือ ต้องเป็นสจ๊วตล้างหม้อ จะต้อง มุ่งมั่น ขยัน อดทน และซื่อสัตย์ ถึงจะเข้าตากรรมการ พ่อครัวใหญ่ หรือว่าเขาเรียกกันอยู่ปัจจุบันว่า Executive Chef



และก็ไม่ยากอย่างที่คิด ถ้าเรามี 4 อย่างนี้ในใจ คือ มุ่งมั่น ขยัน อดทน และ ซื่อสัตย์ เราที่จะ Go inter รุ่นเก่า ยุคที่ SIXTY-SEVENTY มันมีเรื่องสนุก ๆ 30 กว่าปี กว่าจะได้คำว่า กู๊ก..... แล้วไปจบกระแะ ยุคปัจจุบันนี้ ผักงานสักปีสองปีก็ได้ตำแหน่ง จะได้นานจนกระทั่งผิดอาหาร กู๊กรุ่นเก่า ๆ จะต้องผ่าน ล้างจานก่อน ทั้งจะขสข ในช่วงระหว่างเป็นสจ๊วต ธรรมดาที่แม้ว่านี่ก็ไม่ใช่ใครหรอกครับ ก็คือหัวหน้า ภาษาสาหล่า รู้ใหม่ว่า ยุคก่อนโน้น...หัวหน้าพ่อครัว ใหญ่...ส่วนใหญ่เป็น "ชาวจีนโพไห้" ที่พวกเราเรียก คิดปากว่า "อา-โ" บางท่านพูดภาษาไทยยังไม่ค่อยชัด



งานในครัวสมัยก่อนยังไม่มึระบบเหมือนปัจจุบันนี้ ใครขยัน อดทน ก็จะเข้าตากรรมการเร็วขึ้น ก็จะมีโอกาส เข้ามาใกล้กับการฝึก ทำอาหารเบื้องต้น เริ่มแรกจะต้องแกะหม้อ แกะกระเทียม ปอกมันฝรั่ง ทำผัก และอาหารสดต่าง ที่เข้ามาแต่ละวัน ทำทุก ๆ วันให้มันเข้ามามาก และเวลาทำอาหารก็ต้องคอยจด และคอยจำ กว่าจะได้มาจนกระทั่ง ผิดอาหาร ต้องใช้เวลานานหลาย ๆ ปีกูก สบัยก่อน เรื่องความรู้ หรือว่า คุณวุฒิ มีน้อยมากที่จะได้ปริญญา อย่างมากก็แค่ ประถม หรือ มทร. สมัยนั้น ไม่มีโรงเรียนสอนเพราะว่ายุคนั้นยังไม่มึโรงเรียนการโรงแรมเลยครับ ยิ่งแล้วใหญ่เลยครับ คนทำงานโรงแรมสมัยก่อน แทบจะไม่มีใครคบหาด้วยความที่เข้าไปเข้าใจคำว่า "โรงแรม" เขาก็จะคิดอีกแบบหนึ่ง ผุดตรง ๆ เลย ถ้ากล่าวถึง คนโรงแรม "เขาบอกว่าเป็นคนไม่ดี" มีทะเลาะกันความที่มันยังไม่ทันสมัย ล้าสมัย ในยุคก่อน การคมนาคม การสื่อสาร ไฟฟ้า โทรศัพท์ แกวต่างจังหวัดแทบไม่มีเลย มันไม่เหมือนยุคที่ สมัยนี้เป็นยุคที่ ไฮ เทค ทุกอย่างมันทันสมัยหมด ยอมรับตรง ๆ ว่า ตามไม่ทัน เอาละครับ ฉบับนี้คงพอเท่านี้ก่อน ฉบับหน้าจะมาเล่าต่อเรื่อง กว่า จะ GO PAAN COOKS



18 ปี 6 ทวีป 65 ประเทศ เชฟหิวะทิวาใจ อรอย-ดี

- "อรอยดี หัวกะทิ 100%" คุณวางใจได้ทุกครั้งเมื่อเลือกไข่ปรุงอาหาร
 - 1.คุณภาพอาหารคงเอกลักษณ์แท้ทั้ง ไข่ขาว ไข่แดง
 - 2.กักทุญษนิคมยได้ตรา "อรอยดี" คงความสะอาด ถูกสุขลักษณะ ไข่ขาว ไข่แดง มีเพราะผลิตด้วย เครื่องจักรที่ทันสมัยทันสมัยเหมือน "กักทุญษ" ไม่แต่งกลิ่น ไม่เติมน้ำตาล ธรรมชาติ 100% ไข่เป็นหัวกะทิ
 - 3.มีกักทุญษหลายชนิด เพื่อให้เหมาะกับการใช้งานของคุณ
 - *กักทุญษ ฟลอสซิลลี่ หมอ สด โหมทุญษ
 - *กักทุญษ UHT เก็บได้นานถึง 1 ปี โดยไม่ต้องแช่เย็น ถ่ายต่อการบริการสดคือ
 - 4.มีกระบวนการตรวจสอบคุณภาพที่ได้มาตรฐานระดับโลกซึ่งกับธรรมชาติ ทุญษในตอนการผลิต
 - 5.ผลิตด้วยเครื่องจักรทันสมัยและรับรองด้วยมาตรฐาน ISO 9002, GMP, HACCP, HALAL
- เซฟฟาร์มโตเกียว จำกัด โทร 02-3154171 ต่อ 161, 227, 224





Text by อ.เชษฐา รักตะกนิษฐ ผู้จัดการโรงเรียนการอาหารนานาชาติสวนกุสุม

Food Presentation

Culinary Competitions

การนำเสนออาหารสำหรับการแข่งขัน #2

กรรมการตัดสินยังพิจารณาเจาะลึกไปถึงองค์ประกอบเหล่านี้ด้วย

- 1. ความสม่ำเสมอหรือฝีมือที่คงที่ในการจัดอาหารแต่ละจาน** - อาหารดูน่าทานเหมือนกันทุกจาน หรือว่าดูออกแนวทรูหราเท่ากันทุกคอร์สหรือไม่
- 2. กลิ่นหอมของอาหาร** - อาหารที่ถูกปรุงจัดเสิร์ฟอย่างถูกวิธีจึงจะมีกลิ่นหอม เต็มบุกและเป็นตัวกระตุ้นประสาทสัมผัสด้านอื่นๆ อีกด้วย
- 3. ภาพลักษณ์ของอาหาร** - กรรมการตัดสินอาจเพียงมองด้วยตาแล้วบอกได้เลยว่าอาหารจานนี้มีรสชาติดีเพียงใด หรือเป็นอาหารที่กินแล้วไม่รอช้าที่จะรับประทาน
- 4. ทักษะศิลป์** - การจัดวางอย่างมีศิลปะหรือดูใช้ฝีมือที่ละเอียดอ่อนในการทำ

ในการจัดตกแต่ง หรือการนำเสนออาหารให้สวยงามและมีประสิทธิภาพ ในศาสตร์ของตะวันตกก็มีรหัสให้จำอย่างง่าย ๆ ได้แก่

SHIFT ค่: ซึ่งหมายถึงเอกลักษณ์สำคัญในการจัดตกแต่งจานอาหาร

Shape คือรูปทรงของแต่ละส่วนประกอบในจาน ซึ่งควรมีการวางแผนมาอย่างดี อาจใช้การทึนสลไอซ์ ใช้พิมพ์กด หรือใช้รูปทรงธรรมชาติของส่วนประกอบบางส่วนผสมผสานกัน ไม่ควรให้มีรูปทรงเหมือนกันทั้งจาน

Color สีส่วนของส่วนประกอบก็ควรให้ความหลากหลายในจานเดียว อาจมีสีอ่อน ผสมกับสีจัดจ้านบ้างแต่สีจัดจ้านนั้นควรได้มาจาก

Height ควรให้มีรูปทรงความสูงเท่าในจาน เพื่อให้มีจุดเด่นดึงดูดสายตา แต่ก็ไม่ควรสูงเกินไปจนเกิดความไม่สะดวกในการจัด

Items การเลือกส่วนประกอบในจานอาหารที่สมดุล ความหลากหลายของชนิดของส่วนประกอบนั้นๆ ปริมาณที่ใช้ต่อจาน ความยากง่ายในการเตรียมแต่ละส่วนประกอบในแต่ละจานด้วย

Flavor รสชาติ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ซึ่งรสชาติของแต่ละส่วนประกอบในจานเดียวกัน ต้องเข้ากันได้ทั้งรสและกลิ่น ซึ่งจะส่งผลให้อาหารน่ารับประทานโดยปริยาย

Texture อาหารในหนึ่งจานควรมีเนื้อสัมผัสที่หลากหลายให้นำค้นหา ซึ่งจะไดมาจากตัววัตถุดิบเอง การตัดหั่นแต่ง และวิธีการประกอบอาหารที่แตกต่างกัน

วัตถุดิบธรรมชาติ
เสิร์ฟและรับประทาน
รวมไปทั้ง



Food by: สุวิภาณี ทักทินุเสถียร
แชมป์เยาวชนไทยแข่งขันค่านอาหารระดับนานาชาติปี2005

MOREL TERRINE เทอร์รีนเห็ดมอเรล

ส่วนผสม

เนื้อไก่	350	กรัม
คิงไก่	100	กรัม
ไข่ขาว	1	ฟอง
วุ้นผงรม	200	กรัม
หัวไชเท้าฝอย	50	กรัม (ต้มและลดน้ำให้แห้ง)
เห็ดมอเรล	100	กรัม
เกลือป่น	1	ช.ช.
พริกไทยป่น	1/4	ช.ช.
เบสันส์	2 1/4	ช.ค.

55นาที

1. ต้มหัวไชเท้า ผสมเกลือจนได้รส หัวไชเท้าให้รส
2. ตัดหัวไชเท้าเป็นชิ้นสี่เหลี่ยม 1x1x1 ซม.
3. ตัดเนื้อไก่เป็นชิ้นสี่เหลี่ยม 1x1x1 ซม. นำส่วนผสมหัวไชเท้า ผงวุ้น ผงเกลือป่น และไข่ขาวมาผสม
4. เติมน้ำไก่ 1/2 ถ้วย เติมน้ำเกลือป่นเล็กน้อย นำส่วนผสมมาผสมจนเข้ากัน ใส่น้ำเกลือป่นเล็กน้อยและหัวไชเท้า นำส่วนผสมมาผสมจนเข้ากัน เติมน้ำเกลือป่น
5. ใส่วุ้นผงรม ผสมกับส่วนผสมของเนื้อไก่ 30 กรัม ปล่อยให้ส่วนผสมได้เข้ากัน
6. นำส่วนผสมที่ได้ทั้งหมด 3 ถ้วย (180, 140, 210 กรัม) ใส่วุ้นผงรมจนได้ที่แล้ว 180 กรัม ปล่อยให้ส่วนผสมได้เข้ากัน
7. นำส่วนผสมมาวางบนกระดาษ ปล่อยให้เย็น 2 ชั่วโมง 140 กรัม ปล่อยให้เข้ากัน
8. ใส่วุ้นผงรม 210 กรัม ปล่อยให้เข้ากัน
9. ต้มไข่ขาว อุณหภูมิ 150°C ประมาณ 30 นาที

CELERY APPLE WALNUT SALAD สลัดเซลลอรี่ แอปเปิ้ล และถั่ววอลนัท

ส่วนผสม

เซลลอรี่ ต้นตำเล็ก	30	กรัม
แอปเปิ้ลเขียว ต้นตำเล็ก	1	ลูก
ถั่ววอลนัท สับหยาบ	20	กรัม
ชาวดาร์ลิ่ง	80	กรัม
น้ำมะนาว	1/2	ชช
เกลือป่น		
พริกไทยป่น		

35นาที

1. สับชาวดาร์ลิ่ง 80 กรัม สับแอปเปิ้ลให้เข้ากัน
2. ใส่วุ้นผงรม 210 กรัม ผสมเข้าให้เข้ากัน

BLUEBERRY SALSA บลูเบอร์รี่ ซัลซ่า

ส่วนผสม

เบรอนซ์ฟิช ซาลาซัง	180	กรัม
พริกหยวก ต้นตำเล็ก	30	กรัม
น้ำมะนาว	1	ชช
น้ำมะขาม	2	ชช
โรสแมรี่ สับหยาบ	2	ชช
สลัดดีไซด์วอ ซาลาซัง 1	1	ชช
เกลือป่น, พริกไทยป่น		

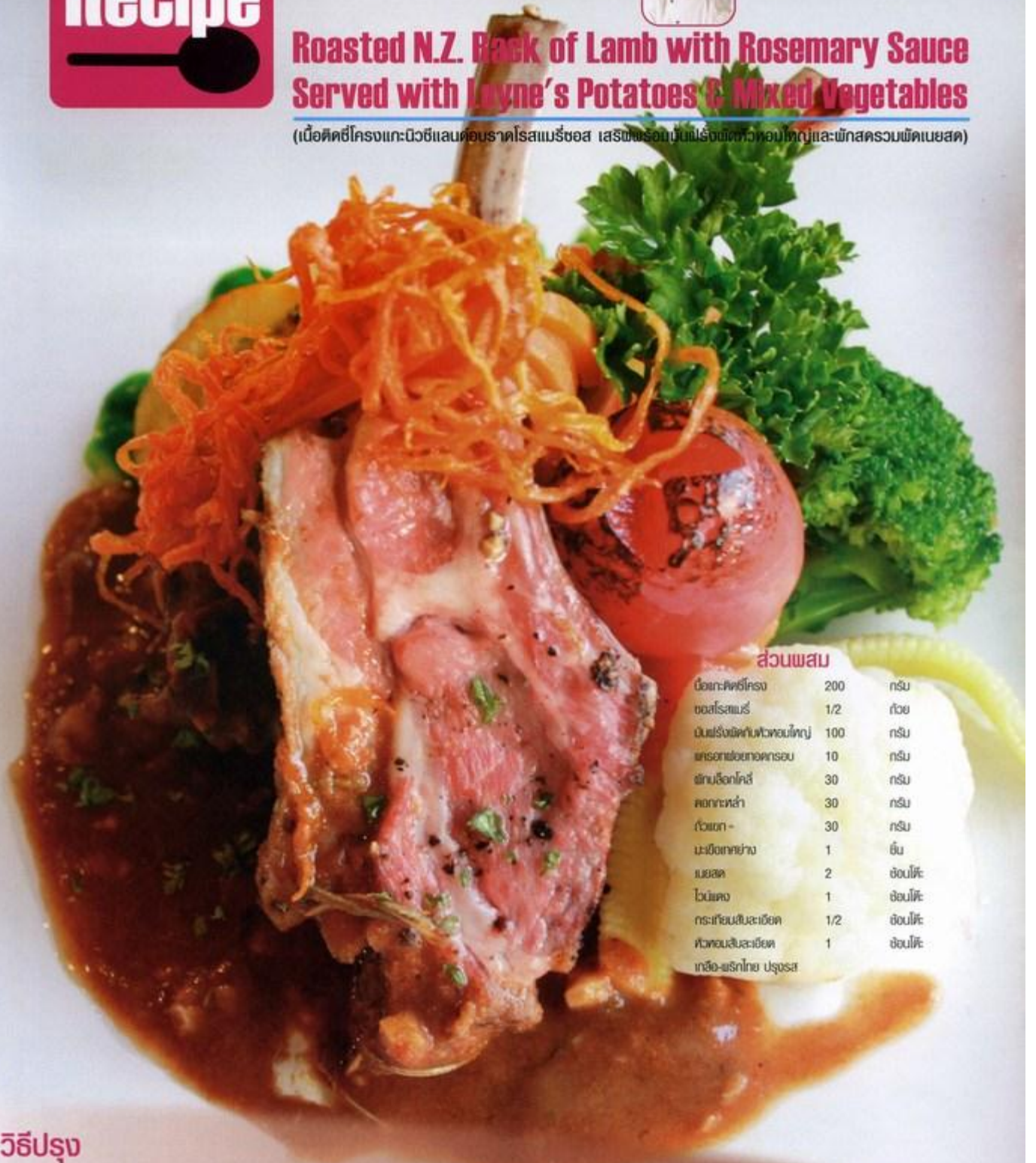
35นาที

1. สับน้ำมะนาว มะนาว โรสแมรี่ สับหยาบ และสลัดดีไซด์วอ
2. ใส่วุ้นผงรม 210 กรัม ผสมเข้าให้เข้ากัน



Roasted N.Z. Rack of Lamb with Rosemary Sauce Served with Layne's Potatoes & Mixed Vegetables

(เนื้อติดซี่โครงแกะนิวซีแลนด์อบราดโรสแมรี่ซอส เสริฟพร้อมมันฝรั่งต้มหัวหอมใหญ่และผักสดรวมผักเนยสด)



ส่วนผสม

เนื้อแกะติดซี่โครง	200	กรัม
ซอสโรสแมรี่	1/2	ถ้วย
มันฝรั่งต้มหัวหอมใหญ่	100	กรัม
บรอกโคลี	10	กรัม
ถัวยอดอ่อน	30	กรัม
ดอกกะหล่ำ	30	กรัม
หัวหอม -	30	กรัม
มะเขือเทศย่าง	1	ชิ้น
เนยสด	2	ช้อนโต๊ะ
ไวน์แดง	1	ช้อนโต๊ะ
กระเทียมสับละเอียด	1/2	ช้อนโต๊ะ
หัวหอมสับละเอียด	1	ช้อนโต๊ะ
เกลือ-พริกไทย	ปรุงรส	

วิธีปรุง

1. นำเนื้อแกะโรยเกลือพริกไทยเล็กน้อย แล้วนำมาล้างบนกระดาษซับมันแล้วนำไปอบ 15 นาที พอสุกเหลืองแล้วนำออกมาพักไว้
2. พัดผักบล็อกโคลี, ดอกกะหล่ำ, หัวหอม พัดกับเนยสด ปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทยเล็กน้อย
3. นำมันฝรั่งต้มหัวหอม ? ซม. ลวกจนสุกแล้วนำมาผัดกับเนยสด, หอมใหญ่, โรสแมรี่ เล็กน้อย ปรุงรสด้วยเกลือและพริกไทย
4. นำเนื้อแกะตัดแบ่งเป็น 3 ชิ้น ติดซี่โครง แล้วจัดลงจานรูดด้วยซอสโรสแมรี่ไวน์แดงเสิร์ฟพร้อมมันฝรั่งต้มหัวหอมใหญ่และผักสดรวมผักเนยสด



Text by เชฟเจตนา วัฒนคำแสง อุปนายกสมาคมพ่อครัวไทย



ENGLISH FRUIT CAKE

ส่วนผสมที่ 1

- 500 gm BUTTER
- 350gm ICING SUGAR
- 100gm BROWN SUGAR
- 5gm SALT
- 5gm VANILLA ESSENCE
- 10pcs. EGGS
- 485gm BREAD FLOUR
- 85gm CAKE FLOUR
- 10gm BAKING POWDER

ส่วนผสมที่ 2

- 200gm MIX FRUIT
- 200gm WHITE RALSING
- 200gm BLACK RALSING
- 120gm ORANGE PELL
- 100gm LEMON PELL
- 100gm PRUNES
- 150gm ALMOND
- 3gm GROUND CINNAMON
- 3gm NUTMEG GROUND
- 220gm BRENDRY



วิธีทำ

ส่วนที่ 1 นำเนย ไอซิ่ง, น้ำตาลทรายแดง, เกลือ และน้ำวานิลลา ตีให้เข้ากัน ใช้เวลาประมาณ 3-4 นาทีด้วยความเร็วต่ำ จากนั้นจึงค่อย ๆ ใส่ไข่ทีละฟองจนหมด ตีให้ส่วนผสมทั้งหมดเข้ากัน นุ่ม, นวล

ส่วนที่ 2 นำส่วนผสมที่ 2 ทั้งหมดผสมรวมกันทิ้งไว้ประมาณ 2-3 วัน ซึ่งจะมาผสมกับส่วนที่ 1 คนด้วยมือให้เข้ากัน เมื่อได้เนื้อเค้ก ที่เนียนแล้ว นำมาใส่พิมพ์ที่เตรียมไว้ อบด้วยอุณหภูมิ 170 C? เวลาประมาณ 120 นาที

Text by ทงญาเม:นาว

หลังจากที่พ่อครัวมือใหม่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับเทคนิคความรู้ที่เกี่ยวกับคำศัพท์ ในการปรุงอาหาร ที่เป็นคำศัพท์ภาษาไทยไปแล้วนั้น ต่อไปนี้ก็จะเป็นเทคนิคความรู้คำศัพท์ที่ใช้สำหรับปรุงอาหารแบบสากล จะเป็นคำศัพท์ที่เป็นภาษาอังกฤษ แล้วแปลเป็นภาษาไทย เพื่อให้สำหรับพ่อครัวมือใหม่ ก็จะได้เรียนรู้และจดจำเพื่อนำเอาไปใช้ในโอกาสต่อไปภายหน้า

AU GRATIN

การประกอบอาหารชนิดโดยชนิดหนึ่ง ซึ่งใช้เปลวไฟบนลงมานบนอาหารที่โรยด้วยชีสหรือครีมซอส

ABATS

ความหมายของฝรั่งเศส คือ เครื่องในของสัตว์ปีกและสัตว์เนื้อ เช่น หัวใจ, ตับ, ก้าม

AGNEAU

ความหมายของฝรั่งเศส คือ เนื้อแกะ

APERITIF

คือการเริ่มต้นของมื้ออาหารทั่วไป มักเริ่มต้นด้วยการดื่มเบียร์ หรือสุรา แต่มีกับแกล้มด้วย เช่น คานาเป้ เป็นต้น

AROMATE

คือ กลิ่นของเครื่องเทศที่โห่กลิ่นและรสชาติ

BAKE

การอบอาหารด้วยเตาอบ แต่ไม่ใช้ประเภทเนื้อสัตว์ เป็นจำพวกขนมปัง และเค้ก ต่าง ๆ

BEURRE NCIR

แยกส่วนไขมันออกจากเนย สักน้ำตาลก่อนราดบนปลาทอด แต่อย่าให้ดำไหม้

BROIL

การทำเนื้อสัตว์สุกโดยวิธีย่างในเตา ที่มีความร้อนอยู่ด้านบน (**SALAMANDER**) หรือย่างบนเปลวไฟ การทำให้สุก โดยการย่าง เนื้อ โดยใช้เปลวไฟต่ำที่สุด.

BASTE

การทาและราดด้วยน้ำมันบนเนื้อสัตว์ หรือปลา ฯลฯ ในขณะที่กำลังย่าง, ทอด, หรืออบ

BLANCH

การลวกผักในหม้อต้มน้ำ สำหรับ ลอกผิว เช่น มะเขือเทศ

BLEND

การผสมเข้าด้วยกัน

BOUQUER GARNI

เครื่องสมุนไพรสด ซึ่งประกอบด้วย **Parsley, Thyme, Rosemary, Bay leave,** ใช้เชือกมัดรวมกันให้แน่น ๆ สำหรับใช้ต้มน้ำสต็อก หรือเคี่ยวทำสตูว์

BOUILLON

ความหมายคือ น้ำสต็อก

BEAT

การผสมเข้าด้วยกันด้วยวิธีใช้ส้อมตี หรือตีด้วยเครื่องไฟฟ้า

BEURRE MANIE

คือแป้งสาลีและเนยผสมกันให้เหนียวเหมือน Roux

BRAISE

การประกอบอาหารโดยวิธีต้มหรือตุ๋นในภาชนะปิดฝาแล้วนำเข้าเตาอบทำให้เนื้อเปื่อย

BAIN_MARIE

หม้อหรือภาชนะใส่น้ำและอุ่นให้ร้อนเสมอ

BECHAMEL

การทำซอสขาวพื้นฐานที่ทำจากเนยและ **Roux**

BISQUE

ความหมายคือ ซุปข้น ส่วนมากมักทำมาจากสัตว์ทะเลที่มีเปลือกเช่น กุ้ง และ ปู

BAGUETTE

ความหมายคือ ขนมปัง แ่งยาว ตามแบบของชาวฝรั่งเศส

BAGUETTE

ความหมายคือ แป้งที่กรอกที่ทำเป็นรูปรี (**รูปรี**) เสร็จแล้ว ทำไส้ใส่ ใช้ทำเป็นออร์ เดิร์ฟ อาหารของควาหรือทำเป็นของหวานก็ได้

RIEW CUIT

ความหมายของฝรั่งเศส คือ การทำให้อาหารสุก ๆ เช่น การย่างเนื้อสัตว์

BLEU

ความหมายของฝรั่งเศสคือการทำให้อาหารดิบ ๆ เช่น การย่างเนื้อสัตว์

BLINI

ความหมายคือ เป็นแพนเค้กของชาวรัสเซีย จำนวนมากใช้แป้ง สาลี ที่คั่วคั่ว (**Brown Buckwheat Flour**) เป็นส่วนประกอบ, ส่วนมากใช้เสิร์ฟกับไข่ปลาควาเวียร์ กับครีมเปรี้ยว



Text by กองบรรณาธิการ

Product in focus

มีสเตอร์จิม เคล็ดลึกลับความอร่อยคู่ครัวไทย

ผลิตภัณฑ์
เพื่อไทย เปรียบ เติบโตกับคนไทย โทร. 02-378-1399



PRODUCT IN FOCUS

* เปรียบ น้ำมันพืช ตรา
39/6 หมู่ 3 ต.ความดี อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี 11120
โทร. 0-2961-6597-9 โทรสาร 0-2584-2272 *



CHILLI SAUCE
Authentic Asian Flavours
700ml 500

TOMATO SAUCE
Authentic Asian Flavours
Authentic Asian Flavours
700ml 500

บริษัท ซอส เลข 9 จำกัด
Source No.9 Co.,Ltd

ขอนำเสนอ 3 ทางเลือกใหม่ ภายใต้
สินค้า Sos9 ซอสพริก, ซอสมะเขือเทศ
และน้ำจิ้มไก่ สำหรับวงการอาหาร
ธุรกิจโรงแรม สวนอาหาร Catering
Service ร้านอาหารร้านโดนใจ ติด
ต่อทดลองใช้สินค้าฟรี! โทร.
02-255-2203-5 แฟกซ์: 02-255-2204



SWEET CHILLI SAUCE
Authentic Asian Flavours
500

บริษัท เบริค ดี โอเนล จำกัด (มหาชน) โทร. 0-2262-0877
ศูนย์กระจายสินค้าอุตสาหกรรม ณ Food Service : บริษัท จำกัด โทร. 02-712-3266-75

SERVED FROZEN
KOOL-MIX
(WITH OR WITHOUT ALCOHOL)
Chill out

Siam Fresh Food and Frozen Co.,Ltd.

"The Original Taste of Thailand For the Professionals"

ติดต่อ โทร. 02-255-2203-5 โทรสาร 02-255-2204

อร่อยแปะ... ออร์คิด

Seagull
Start your appetite

ชุดล้างจาน อลูมิเนียม

- ผลิตจากอลูมิเนียมคุณภาพสูง
- ผลิตจากโรงงานมาตรฐาน
- ผลิตจากโรงงานมาตรฐาน
- ผลิตจากโรงงานมาตรฐาน

สาขากรุงเทพ

สาทรบุรี 0-2252-7888
นนทบุรี 0-2520-6117
เชียงใหม่ 0-5348-8010
ภูเก็ต 0-7621-3918
ปัตตานี 0-7428-6381
ศรีสะเกษ 0-7523-2341
อุบลราชธานี 0-7721-6227
ขอนแก่น 0-4333-3871

VITA FRESH
THE BEST OF FRESH QUALITY OF COFFEES

www.vitafresh.co.th
855 E-mail: vitaf@vitafresh.com
Phuket branch E-mail: phuket@vitafresh.co.th

Lemongrass Tea

www.thaiherbal.com



พาสรี
ข้าวกล้องขาว ไร้โธรา

"ข้าวกล้องหอมมะลิ 100% ธรรมชาติจริง คุณภาพดี มีวิตามินเพาะที่จะรับประทานเป็นประจำ
รับรองความนุ่มด้วยวิธีการจัดทำนายนกที่ ไม่เกิน 2 เดือนหลังจากสีข้าว"
สนใจทดลองสินค้าได้ที่ 02-863-0305 และ 02-863-0142



"Restaurant Champion 2008"

"สมาคมภัตตาคารไทย" ได้ร่วมมือกับ "ฟินอเนียร์" ได้แก่กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น, กรมอนามัย, กรมพัฒนาธุรกิจการค้า, มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต และสมาคมพ่อค้าไทย จัด "โครงการพัฒนาผู้ประกอบการร้านอาหารท้องถิ่นมืออาชีพ" ขึ้นซึ่งงานนี้เป็นกิจกรรมการแข่งขันพัฒนาผู้ประกอบการร้านอาหารท้องถิ่นแบบมืออาชีพ



"Restaurant Champion 2008" ในวันเสาร์และ อาทิตย์ที่ 16 และ 17 กุมภาพันธ์ ที่ผ่านมา ณ บริเวณลานเอนกประสงค์ (ด้านหน้าห้าง) ศูนย์การค้า เซ็นทรัลพลาซ่า เชียงใหม่แอร์พอร์ต โดยมีวัตถุประสงค์ในการสร้างจิตสำนึกและสร้างความตระหนักในเรื่องคุณภาพอนามัยให้กับผู้ประกอบการธุรกิจ ผู้บริโภค พร้อมทั้งเป็นการสร้างมาตรฐานคุณภาพอาหาร ให้เกิดผู้ประกอบการรายใหม่ เกิดร้านอาหารต้นแบบที่ได้มาตรฐานในทุกภาคทั่วประเทศ ที่งานนี้ได้ทำการคัดเลือกสรรหาตัวแทนจาก 4 ภูมิภาค เพื่อเข้าแข่งขันชิงชนะเลิศระดับประเทศ ณ กรุงเทพมหานคร



"บทกรรมร้อยทิวแผ่นดิน 7 ปี ซิมไป บ่นไป"

ที่ ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

นายสมัคร สุนทรเวช นายกรัฐมนตรี และ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงกลาโหม เดินทางไปเป็นประธานเปิดงาน "บทกรรมร้อยทิวแผ่นดิน 7 ปี ซิมไป บ่นไป"

ที่ ศูนย์ประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ในวันที่ 21 ก.พ. ที่ผ่านมา โดย นายสมัครได้เผยสูตรการปรุงข้าวผัด "ซู้อ่า สมัคร" โดยให้ผู้บริหารบริษัทเอกชนปรุงข้าวผัดสูตรดังกล่าวให้กับผู้ที่มาร่วมงานและสื่อมวลชนได้รับประทาน



เชฟจ่านงค์ นิรังสรรค์ นายกสมาคมพ่อครัวไทย ,พ.ศ.แห่งศักดิ์ ทรงพระนาม และ อ.เกษรา มนิตตพงศ์ ได้รับเกียรติเป็นคณะกรรมการตัดสิน การแข่งขันทักษะประเภทวิชากรรม สาขาคณะกรรมการศาสตร์ทักษะอาหารว่างและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ ในงานประชุมวิชาการองค์กรวิชาชีพ ระดับชาติ ณ จังหวัดระยอง ในวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2551 ดำเนินการโดย วิทยาลัยอาชีวศึกษา ฉะเชิงเทรา



แต่งตั้งคณะกรรมการประจำปี 2551

การประชุมประจำปีเมื่อวันจันทร์ที่ 29 มกราคม ที่ผ่านมา นายกสมาคมพ่อครัวไทย เชฟจ่านงค์ นิรังสรรค์ ได้แต่งตั้งคณะกรรมการทำงานชุดใหม่ เพื่อบริหารสมาคม ประจำปี 2551-2552 ณ โรงแรมเอเชีย กรุงเทพฯ



GOSSIP

Gossip P P P

Gossip P

ผ่านไปด้วยดีสำหรับ การประชุมเพลิงครั้งแรกที่โรงแรมเอเชียราชเทวี.....เชฟสุกัญญาหรือคุณกั้ง ทำหน้าที่ได้ดีมีคนชื่นชมเยอะมาก บรรดาพี่ ๆ ขอปรนนิบัติ โดยเฉพาะ ชิมพลาเยอร์กระซิบบอกว่า.....โดนใจเด็กแนวมาก.....แหล่มจริง ๆ ในการพิธีเช่นนี้คน.....เข้าปรนนิบัติให้ต่าง ๆ นานา.....ค่ะ.....!! ในการประชุมครั้งนี้มากันเพียงจริง ๆ เยอะมาก ห้องจัดเลี้ยงคับแคบสกปรกนิดตา โดยเฉพาะต่างคน.....ต่างก็อวยพรปีนกันเป็นทีเป็นใจ.....!! หลายท่านบอกว่า.....ถึงโน้ตลึง และเธียมันจริง ๆ ลูกเชฟก็ขอให้ทุก ๆ ท่านชื่นมื่นตลอดไปนะจ๊ะ.....!! หายไปนานไปดูงานที่อังกฤษ.....กลับมาทำหน้าที่ตามเดิม.....เชฟพูนพล แจ็งโประเวลาธิการสมาคม.....กระซิบ

บอกลูกเชฟว่า.....เต็มทีครับสำหรับผม.....ชื่นใจจริง ๆ ปีนี้คงจะมีอะไรเพิ่มขึ้น สำหรับสมาคมเชฟ.....เฮ้า..... แอกรเรา.....ลุย.....!! เต็มทีเลยจ้ะ..... เชฟปาน ออสตินก็ ได้รับเชิญให้เข้าร่วมด้วย ช่วย กันกันสมาคมเชฟ..... ขอแสดงความยินดีด้วยจ้ะ.....ยินดีค่ะ.....!!บ๊องบ๊องทอง แห่งมาลีน้ำแม่ไม้ ตอนนี้นำหน้าที่แทน คุณวีรศักดิ์ ใครมีอะไรจะให้ช่วยคิดต่อได้.....แต่เชฟ ๆ พากบอกคุณวีรศักดิ์ด้วยว่า..... ..คิดถึงจ้ะ.....!! เป็นที่น่ายินดีสำหรับสมาคมเชฟไทยที่เป็นอินเตอร์มากขึ้น มีชาวต่างประเทศทั้งฝรั่งทั้ง จีน ORIGINAL มาเป็นสมาชิกเพิ่มขึ้น ด้านฝรั่งเชฟมาโครดูแล.....ด้านจีนเชฟเปิดไลน์ดูแล.....ลวงตัวพ่อดีค่ะ.....!!



ฝากข่าวมาจากเชฟลัดดี ทำบุญ ชันพีเรียล แป้งเชียงใหม่ ใครจะไปแฉ่ต๋อเนือทานอาหาร, บังสวัสดิ์ ขอเชิญสมาชิกสมาคมเชฟทุกท่าน เวไปหาได้ จะบริการอย่างดี..... ..เสียงดู.....ปูเสื่อ.....ตามสบาย สดใสจาวเหมือนเจ้าค่ะ.....เชิญเจ้า.....!! คู่แฝด ดูอี ดูใหม่ ไม่ใช่ใครที่โตน เชฟสุพรรณและเชฟสุวัฒน์ ทั้งสองสุแห่งศูนย์สภากาชาดที่ภาครับ ทั้งคู่ มีเสียงกระซิบบอกว่า ถ้าอีอีกัน เชพน้อย จะนำรักษาขึ้นทั้งคู่ เจ้าจ้ะ.....เฮ้า.....ยิ้มไว้ ๆ..... เอาใจหาใจหน่อยจ้ะ.....คุณเชฟ.....!! ส่วนคนดีทำสัง วางแบบให้เชฟเจียรกิด.....ถึงจะเหนื่อย.....งานจะหนัก.....แต่ความสวย.....ความน่ารัก.....ไปดีตลอดเลย.....อาจารย์อึ้งกู่หรืออาจารย์อึ้ง.....คนสวยคนดี คนกันเอง.....สู่ว้อยย.....!! หลายคนบ่นถึงเชฟเรสารที่บ่นขยับไป.....ใครเจอช่วยบอกด้วยว่าเพื่อน ๆ เชฟคำคิดถึง.....เฮ้า.....กราบแล้ว.....เปลี่ยน..... เจ้าจ้ะ.....!! เชฟจ่านงค์นายสมาคมเชฟ ได้มีเวลาไปเยี่ยมเชฟเจียลย์ ลาวเวล่า.....เวียงจันทน์ 3-4 วัน ได้ข่าวว่า เว่นชวนล้าย.....หลาย.....ไปถ่ายนำบินเครื่อง.....เอ๊ยเอ๊ย.....ไปพักผ่อน เมื่อเตรียมตัวกลับมาทำงาน.....เอ๊ยเอ๊ย.....ตัวเขาไปเยอะเลย.....เจ้าจ้ะ.....ฮิงฉะ.....!! ได้ยินเสียงบ่นขึ้นมาจากพี่เขา เชฟสุชาติ อดีต

นายก เชฟ ชายฝั่งตะวันออก.....ใครพอจะช่วยตาม เชฟสาธิต สิดา แห่งปรีณ อ่าพ่ายไปนานนะ..... คนนำมันบิซ หรืออดีตบอดี



.....บอกแบบแข็ง ๆ ว่าเพื่อนไม่ทำกันเลย..... ก็ไม่ทราบ ว่า ใครทำอะไรได้..... คล้ายคนออกหัก หัวใจ ให้เชฟสุชาติได้.....ช่วยหน่อยนะเจ้าจ้ะ.....เอาบุญจ้ะ.....!! นี่ก็อีกคนหนึ่งที่หลายคนบ่นถึง เซสทาสหลวง.....ใครเจอ.....ใครพบช่วย ส่งข่าวหน่อย.....มาเยี่ยม.....พี่ ๆเพื่อน ๆ..... บ้าง คิดถึงเจ้าจ้ะ.....คิดถึง.....!! ส่วนใครที่ผ่านไปแถว ๆ เมืองทองอย่าลืมแวะ ไปดูพูนพล พี่เอ็ด..... บ๊องแบก, บ๊องแอนนา..... ตอนนีเปิดร้านกาแฟสด..... อยู่แถว ๆ นั้น..... ถ้าจะแวะไปโทรไปก่อน เบอร์



081-849-3106 จะได้รับการอย่างเต็มสุดเลยเจ้าจ้ะ..... พี่คำเชิญจ้ะ.....!! ประกาศ เชฟชายเด็กชายมงคล ณ.ชะอำ เพื่อน ๆ คิดถึง..... อยากสองพระ.....รับมารายงาน ส่วน.....เจ้าจ้ะ.....!! นี่ก็อีกราย.....ข่าวคราวเขียนหายไป สองสามปี.....นึกว่าไม่ได้..... พี่แก.....โอ้.....ขอโทษ.....ผมสนใจคิดว่าสมศรีสองของ ยิ่งยง.....แต่เป็นเพื่อนคนที่หลายคนยังคิดถึงเจ้า.....ของ เชฟอยู่.....ก็กว้างก็มารายงานด้วยนะตัวเองนะ.....!! ได้ข่าวว่านี่ปีทอง (ปีขวด) หลายเชฟบ่นปี เจ้าตัวเลยต้อง ไปทำบุญที่วัดแสงเมย์ (วัดบึงกร) เขาวราช.....ที่เห็น ๆ เชฟพูนพลเชคเตอร์วัน.....เชฟปรีศ ฟูจอนน์ เมอเคียว.....ทำบุญแล้ว ขอโทษ ๆ นะ.....โชคดีจ้ะ.....!! ส่วนเชฟประชัน ตอนนี้นำมาช่วยสมาคมเชฟทำงาน ก็ขอให้สนุกกับงานนะคุณเชฟแต่ก็อย่าลืมหน้าที่ตัวเอง.....!! ส่วนคุณบรรณงค์ TRN หรือ คุณพูน.....บอกส่วนว่า..... ถ้าคิดต่อ ผมไม่สะดวกที่ติดต่อฝากไว้.....บ๊องอ้อหรือบ๊องแบกก็โดนกระ.....ไร.....ไปรู้จะไรขอเอาไว้จะตั้งนาน.....เชฟ ๆ คำบอกว่าจะโทรไปปรึกษาใจจะขาดแล้วจ้ะ.....เฮ้า.....ถ้าสายโทรคืนใหม่.....โทษคุณบรรณงค์แต่ผู้เดียวนะ.....นะ.....!! สำหรับเชฟโรจน์ แห่งสยามอิตีมีคนบอกว่า ระบุว่าสมาคมบ่อนขึ้น คุณบ่อนขึ้นมาไปรับประทานอะไรมากระซิบบอกเพื่อน ๆ น้อย.....หลายคนยังไม่อยากเที่ยว.....(อย่าบอกกันเด็กนะ).....โอ้.....ทยา.....ชอบ.....จ้ะ.....!! เชฟวิชญ์.....เชฟทองเหลี่ยม.....อยู่ห่างกันแต่ก็มาเกือบพร้อม ๆ กัน.....ก็ขอให้มาประจ่าอย่าขาด นะจ้ะ.....ยินดีจ้ะ.....!! ส่วนเชฟสมโภชน์ ณ.โรงแรมโบราณที่ ระบุว่ามาได้ทุกครั้ง เพราะ อยู่กรุงเทพฯ แล้ว ชื่นใจจ้ะ.....อย่าขาดเรียนนะ.....!! ส่วนน้องกษกร (คุณจันทร) มาฝากน้องลัดดาวลัย น้องวิวัฒนาและทีมงานที่จะมาสานต่อ เพราะ ตัวเองต้องกลับไปทำกิจกรรมส่วนตัว เชฟ ๆ บอกจะดูแล อย่างดีเลยเจ้าจ้ะ.....โดยเฉพาะน้องท่าย..... นศปวทจะไม่ให้เข้าใกล้เลยจ้ะ..... เชฟคนดี.....!! แล้วพบกับฉบับหน้าเจ้าจ้ะ..... ลูกเชฟสวัสดิ์.....!!



Chic & Cool Party Time

สวัสดีปีใหม่ 2008 ค่ะ เชื่อว่าทุกท่านคงจะมีความสุขในช่วงเทศกาลฮิโตนี กลับมายังบรรยากาศแห่งความสุขสนุกสนานที่ซึ่งคงอบอุ่นอยู่ ซึ่งถือโอกาสนี้ ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในช่วงเวลาแสนสนุก นำเสนอ creative and innovative menu แบบ chic chic ที่ทำจาก MAGGI จากเรา แม็กกี้ โพรเฟชันนัล เราให้คำปรึกษา เสนอการดำเนินงานอย่างมืออาชีพประกอบการอาหาร และเครื่องดื่ม เพื่อท่านผู้ประกอบการมืออาชีพเช่นกัน



ฟรุ๊ตสลัด แม็กกี้ คริสป์ Fruit Salad Maggi Crisp

อร่อยเกินคำ ลงตัวอร่อยรสครบคุณค่า พร้อมวิตามิน และโปรตีนจากผลไม้สดและเนื้อสัตว์สดพร้อมเน้นกรอบเม็กกี้ปรุงผสม

ส่วนผสม

แป้งสาลีอเนกประสงค์	6 ถ้วยตวง
ซอสเหาะจัมพราเม็กกี้	1/2 ถ้วยตวง
น้ำมันพืช	3/4 ถ้วยตวง
น้ำเปล่า	1/3 ถ้วยตวง
ไข่ไก่	2 ฟอง

วิธีทำ

1. ผสม ซอสเหาะจัมพราเม็กกี้ น้ำเปล่า และไข่ไก่ น้ำมันพืชตีเข้ากัน
2. นำส่วนผสมมาในชามคนแป้งจนกระทั่งเข้ากันดี ไข่ขาวบางคลุมไว้ ผักแป้งประมาณ 15 นาที แล้วนำแป้งที่ตีไว้มากรองให้แห้งพอสมควร ตัดเป็นสี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาด 2 x 2 นิ้ว
3. นำแป้งไปวางเรียงบนกระดาษทอให้ห่างกันเล็กน้อย อบด้วยอุณหภูมิ 150 องศาเซลเซียสนาน 20 นาที นำออกมาพักไว้ให้เย็น สามารถเก็บไว้ได้นานในภาชนะที่ปิดฝาปิดสนิท

ส่วนผสมน้ำปรุงสลัดผลไม้

ซอสปรุงอาหารตราเม็กกี้	3/4 ถ้วยตวง
ซอสหอยนางรมตราเม็กกี้	1/2 ถ้วยตวง
น้ำพริกทราย	1 1/2 ถ้วยตวง
น้ำส้มสายชู	1/2 ถ้วยตวง
พริกป่น	1 ช้อนโต๊ะ
ถั่วลิสงคั่ว	1 ถ้วยตวง
เกลือชนิดต่างๆ หันอื่นหมัก	6 ถ้วยตวง
กุ้งสด (ผ่าครึ่งตัว)	20 ตัว

วิธีทำ

1. ผสม ซอสปรุงอาหารตราเม็กกี้ ซอสหอยนางรมตราเม็กกี้ น้ำพริกทรายและน้ำส้มสายชูเข้าด้วยกัน นำไปตั้งไฟที่หัวให้เดือดประมาณ 10 นาที คอยไฟกลาง
2. นำผลไม้ทุกชนิดมาล้างให้สะอาด จัดใส่จานราดด้วยน้ำซอสที่เตรียมไว้ โรยหน้าด้วยถั่วลิสง และกุ้ง นำเม็กกี้แป้งกรอบวางข้างสลัดผลไม้ พร้อมจัดเป็นอาหารว่าง

Tips แม็กกี้แป้งกรอบสามารถเปลี่ยนเป็นรูปทรงต่างๆ ได้ตามชอบ และควรใส่เกลือไฟกลางทรายรสชาติ มีเนื้อนุ่มและกรอบ จะรับประทานได้สนุกกับน้ำปรุงรสผลไม้



พิเศษสำหรับ 200 ท่านแรก เพียงโทรมาที่
รับฟรี คู่มือการทำอาหาร สูตรมาตรฐานสากล



ยอมทำทุกอย่าง
ให้คุณฮางใจเรื่องข้าว

เพราะเรารู้ดีว่า "ข้าว" เป็นวัตถุดิบที่ยากต่อการรักษาคุณภาพให้คงที่เสมอ เราจึงทุ่มเททำทุกอย่าง เพื่อปกป้องคุณภาพของข้าวไว้ให้ได้มาตรฐาน ไม่ใช่แค่การคัดข้าวเปลือกคุณภาพดีจากแหล่งปลูกที่ดีที่สุด แต่ยังดูแลใส่ใจถึงการจัดส่งอย่างรวดเร็ว จัดเก็บอย่างถูกสุขลักษณะ ให้พ้นจากความชื้น การร้อนและสิ่งสกปรกต่างๆ แล้วยังบริการส่งถึงมือของคุณด้วยระบบสมาชิกข้าวก่อน นำเข้าใกล้ก่อน เพื่อให้คุณได้ใช้ข้าวที่สดใหม่อยู่เสมอ และวางใจได้ว่า ข้าวที่คุณเสิร์ฟจะนุ่ม หอม อร่อยทำานทุกชนิด จึงไม่ผ่านเนกที่กักรังของโรคมะเร็ง และภัยพิการอื่นเหล่านั้นใหญ่ ให้ความไว้วางใจในข้าวของเรา



พณฯ บริษัท พารรี่ จำกัด (มหาชน) เลขที่ 248 ถนนเดโชเดิม แขวงถนนพญาไท เขตปทุมธานี กรุงเทพฯ 10100
www.parryrice.com โทร: 0-2843-0142, 0-2843-0305 เว็บไซต์: 0-2843-0306 www.parryrice.com

มีประโยชน์ มากไม่ต่อใจคนทำ
มีสิ่งที่คุณต้องใส่ใจไม่แพ้กัน

 พารรี่
พร้อมใจกัน 100%